

2026年9月～ プログラムスケジュール

火曜日				水曜日			木曜日			金曜日			土曜日			日曜日						
TIME	Aスタジオ	プール	多目的コート	Aスタジオ	プール	多目的コート	Aスタジオ	プール	多目的コート	Aスタジオ	プール	多目的コート	Aスタジオ	プール	多目的コート	Aスタジオ	プール	多目的コート	TIME			
9:00			テニス フリータイム			テニス フリータイム			フリータイム			フリータイム	レンタルスタジオ 9：00～10：00 （予約制）	 ジュニア スイミング スクール 8：30～11：45 ご利用 いただけます。 （コース制限あり）	フリータイム 9：15～13：00 （予約制）		 ジュニア スイミング スクール 8：30～11：45 ご利用 いただけます。 （コース制限あり）	9:00				
10:00	ワイルドアタック 佐藤（裕） 10：00～10：30	有料プログラム スキルアップ スクール 前島 10：00～11：00		スムーシングストレッチ 田中 9：50～10：20	有料プログラム アクア スクール 10：00～11：00		ヘルシーヨガ 村橋 9：50～10：20	定員45名 アクアピクス 松田（珠） 10：30～11：00		モーニングストレッチ 源進 9：45～10：00 たすきバンド購入必須 たすきバンドベーシック 清水(侑) 10：20～10：40				トータルボディメイキング 新垣 10：15～11：00		8：30～11：45	10:00					
11:00	アクティブヨガ 佐藤（裕） 11：00～11：30	有料プログラム パーソナル レッスン 前島 11：15～12：30		エアロピクス入門 田中 10：40～11：10									ラテンエアロ 大久保（麻） 11：15～12：00				ご利用 いただけます。 （コース制限あり）	11:00				
12:00	エアロピクス初中級 堀田 12：00～12：45			有料プログラム エアロピクス 中村 11：30～12：30									RITMOS 後藤 11：45～12：30			定員45名 アクアピクス 佐藤（和） 12：45～13：15			RITMOS 石川 12：10～12：40	9：15～18：00	12:00	
13:00													エアロボード初級 後藤 12：50～13：20							ZUMBA 石川 13：00～13：30	 アクアベビークラブ 13：00～14：00 ご利用いただけます。 （コース制限あり）	13:00
14:00		有料プログラム アクア スクール 14：00～15：00																		卓球フリータイム 14：00～16：00	有料プログラム アクア スクール 14：00～15：00	14:00
15:00	卓球サークル 14：30～16：00 （登録制）												卓球サークル 14：30～16：00 （登録制）			ストレッチ（リラックス編） 山口 15：15～15：45 レッスン・担当者変更 エアロピクス初中級 山口 16：05～16：35 担当者変更	15：00～18：30 ご利用 いただけません。	フットサル フリータイム 15：00～19：30			15:00	
16:00	卓球フリータイム 16：00～17：00			ジュニア スイミング スクール 15：15～18：30	有料プログラム 太極拳 池田 15：45～17：00		 ジュニア スイミング スクール 15：15～18：30	ジュニア スイミング スクール 15：15～18：30	ジュニア スイミング スクール 15：15～18：30				卓球フリータイム 16：00～17：00	 ジュニア スイミング スクール 15：15～18：30					レンタルスタジオ 16：30～18：00 （予約制）		16:00	
17:00				ご利用 いただけます。 （コース制限あり）				ご利用 いただけます。 （コース制限あり）	ご利用 いただけます。 （コース制限あり）						ご利用 いただけます。 （コース制限あり）							17:00
18:00	レンタルスタジオ 17：30～18：30 （予約制）						レンタルスタジオ 18：00～19：00 （予約制）			 空手スクール 17：50～18：50				レンタルスタジオ 18：00～19：00 （予約制）			レンタルスタジオ 17：00～21：00 （予約制）					
19:00																						19:00
20:00	ヒップホップ入門 吉原 20：00～20：45	フィン フリータイム 20：00～20：30		フットサル フリータイム 20：00～22：00	ZUMBA 木村 20：00～20：45	ヌードル フリータイム 20：00～20：30	ファイトボクシング 青木 20：00～20：30	ヌードル フリータイム 20：00～20：30	ヘルシーヨガ 中村 20：00～20：30	ヌードル フリータイム 20：00～20：30									20:00			
21:00		ヌードル フリータイム 20：45～21：15					フィン フリータイム 20：45～21：15				フィン フリータイム 20：45～21：15									21:00		
	レンタルスタジオ 21：15～22：00 （予約制）	バドル フリータイム 21：30～22：00						レンタルスタジオ 21：00～22：00 （予約制）		レンタルスタジオ 21：00～22：00 （予約制）	バドル フリータイム 21：30～22：00									22:00		
22:00																						

プログラムの途中参加について

レッスン開始時間までにご参加ください。
レッスン開始後10分を経過してからのご参加は、
他の会員様にご迷惑となりますのでご注意ください。
ご理解とご協力をお願いいたします。

定員について

Aスタジオの定員は48名とさせていただきます。
健康バーの定員は28名とさせていただきます。
アクアピクスの定員は45名とさせていただきます。

*参加人数によっては、次回のスケジュール編成時に
担当変更・プログラム変更・クローズなどをさせていただきます場合がございます。
*天候によっては、多目的コートのご利用時間が変更となる場合がございます。
予めご了承ください。

たすきバンドについて

たすきバンドベーシックに参加する際は、たすきバンド(フロント前にて
販売)の購入が必要になります。


平日スポーツクラブ(10:00～20:00)